

# My Aged Care Options

## Australian Chinese Daily Weekend Edition

### 29/6/2019

《1605期》澳洲醫療

Design : Monica

## 不同形式的養老服務計劃

傳統中國人都有養兒防老這觀念，所以怎樣也要生個男丁來繼後香燈，讓自己晚年老有所依。可惜現今社會這觀念已過時，新一代要養活自己都不容易，遑論回饋父母。既然不能依靠子女養老，長者必須另有計劃。有些人透過購房、理財、儲蓄等方式為養老提前做準備；也有人開始建立健康生活模式，讓自己老慢一些。他們未必期待老了與子女同住，只希望老了仍有自己的空間，住在自己的房子裡，等到不能自理時才進入安老院居住。

若你開始計劃在澳洲安老，你必須瞭解更多有關澳洲高齡服務的資訊，好讓你作出正確的選擇。首先，你要認識一個政府的網站：「我的養老服務」(My Aged Care)。這個網站內介紹澳洲政府給與長者不同形式的安老服務，例如不同種類的家居支援服務，協助長者居家安老；申請入住療養院的手續、怎樣找到政府資助的療養院等。你可以細心檢視，哪一個服務適合自己，以及怎樣可以申請到你所需的服務。一般來說，長者要獲得這些服務，必須經過評估，由地區評估服務處 (Regional Assessment Service, RAS) 或「養老評估小組」Aged Care Assessment Team, ACAT) 核實該位長者是否真的需要獲得政府資助的服務。當然，這個網站所提供的資訊都是以英語為主。若你欲查看中文資料，可到網站主頁，找到其他語言 (other language) 按下去，便可以找到某些已翻譯並非常實用的中文資料。

當你在「我的養老服務」找到合適的高齡服務，與家人商議後，決定申請所需服務時，你可以直接打電話到「我的養老服務」(My Aged Care) 的國家聯絡中心 (National Contact Centre) — 電話 1800 200 422，週一至週五辦公時間是早上 8 時至晚上 8 時，週六辦公時間是上午 10 時至下午 2 時。若你不懂英語也不用擔心，只要你打電話到 1800 200 422，然後說一句英語，

Mandarin (普通話) 或 Cantonese (廣東話)，聯絡中心便會安排一位說普通話或廣東話的口譯人員來協助你。當然，長者也可致電 13 14 50 聯絡「筆譯和口譯服務處」(Translating and Interpreting Services — TIS)，同樣可獲安排口譯工作人員協助你與聯絡中心工作人員溝通，然後申請所需服務。

總而言之，凡生活在澳洲的長者，若要申請政府資助的高齡服務，無論你是想申請到家支援的家居服務，或是想到療養院長住或暫住，第一步都要聯絡「我的養老服務」(My Aged Care)。只有經過政府的評核，才可以獲得服務。

我們明白許多長者因為不懂英語，一直未能與「我的養老服務」(My Aged Care) 聯繫，以致得不到所需服務。若你亦有同樣的困難，不妨與澳華療養院基金聯絡，我們會盡力協助長者申請所需的服務。如欲查詢更多有關詳情，歡迎致電高齡服務熱線 (02) 9784 0838。



**ANHF**  
**澳華療養院基金**  
Culturally Appropriate Aged Care Since 1980

高齡服務熱線電話: (02) 9784 0838 電郵: [cmu@anhf.org.au](mailto:cmu@anhf.org.au)  
網址: [www.anhf.org.au](http://www.anhf.org.au)